
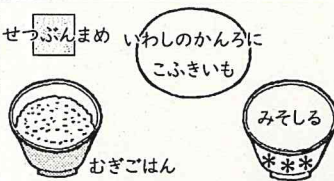
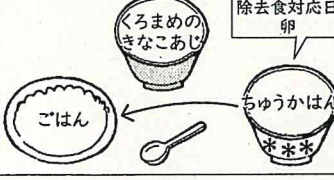


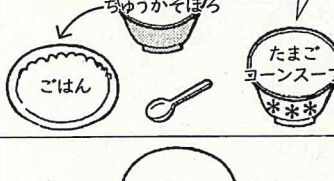
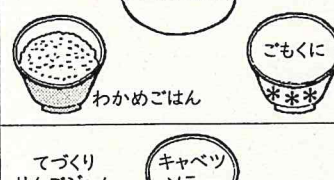


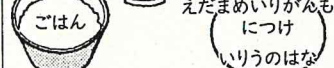


令和6年2月学校給食献立予定表

あかのなかま おもにからだをつくる
 きいろのなかま おもにねつやちからのもとになる
 みどりのなかま おもにからだのちょうしをととのえる

※主な材料に含まれるアレルギーについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。
 ※アレルギーについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。調味料等に含まれているものについては各校にお問い合わせ下さい。
 ※()については食材には含まれていませんが、そのアレルギーを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあるものです。

日曜日	はいぜんず	おもなざいりょうめい			こんだてめい	料理に含まれるアレルギー		
		あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま		卵	乳	小麦
1・木	 <p>ヤシニヨムチキン こまつなとひじきの あえもの ごはん はるさめ スープ</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく ひじき ベーコン	ごはん てんぷん あぶら さとう ごま ごまあぶら はるさめ	にんにく こまつな ねぎ しょうが にんじん たまねぎ	ぎゅうにゅう ごはん ヤシニヨムチキン こまつなとひじきのあえもの はるさめスープ		○	
2・金	 <p>せつぶんまめ いわしのかんろに こぶきいも みそしる おぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ いわしのかんろに★ とうふ みそ せつぶんまめ(▲★)	おぎごはん じゃがいも	だいこん にんじん ねぎ はくさい	ぎゅうにゅう おぎごはん いわしのかんろに こぶきいも みそしる せつぶんまめ		○	
5・月	 <p>くろまめの きなこあじ ごはん ちゅうかはん</p> <p>除去食対応日 卵</p>	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく うずらたまご● くるまめ きなこ	ごはん あぶら コーンスターチ ごまあぶら てんぷん さとう	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ チンゲンさい	ぎゅうにゅう ごはん ちゅうかはん くるまめのきなこあじ		○	○
6・火	 <p>こくとうパン キャロット ツナラベ ふゆの クリームシチュー おぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく なまクリーム▲ まぐろあぶらづけ	こくとうパン▲★(●) あぶら じゃがいも バター▲ こぎご★ オリーブあぶら さとう	たまねぎ かぶ ブロccoliリー にんじん きりぼしだいこん レモン	ぎゅうにゅう こくとうパン ふゆのクリームシチュー キャロットツナラベ		○	○
7・水	 <p>おぎごはん はくさいだき ホキのレモンふうみ つぼづけ</p>	ぎゅうにゅう▲ ホキ(★) とりにく あつあげ	おぎごはん てんぷん あぶら さとう	レモン つぼづけ★ にんじん はくさい ねぎ	ぎゅうにゅう おぎごはん ホキのレモンふうみ つぼづけ はくさいだき		○	○
8・木	 <p>ひじきいり ちゅうかそぼろ ごはん たまご コーンスープ とうふ</p> <p>除去食対応日 卵</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく ひじき みそ たまご● とうふ	ごはん あぶら さとう てんぷん	たけのこ ほうれんそう にんじん ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ クリームコーン	ぎゅうにゅう ごはん ひじきいりちゅうかそぼろ たまごコーンスープ		○	
9・金	 <p>もやしのごます ごもくに わかめごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ わかめごはんのもと とりにく だいず	おぎごはん じゃがいも ごんにやく さとう ごま	にんじん さやいんげん ごもくに しょうが ねぎ	ぎゅうにゅう わかめごはん ごもくに もやしのごます		○	
13・火	 <p>てづくり りんごジャム キャベツ ソテー チキン ビーンズ ロールパン</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく だいず ベーコン	ロールパン▲★(●) あぶら じゃがいも さとう コーンスターチ	にんにく たまねぎ にんじん トマトみずに キャベツ りんご レモン	ぎゅうにゅう ロールパン チキンビーンズ キャベツソテー てづくりりんごジャム		○	○
14・水	 <p>チョコチップ ケーキ (セルフ) カレーピラフ はくさい スープ おぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ ベーコン とりにく ぶたにく とうにゅう	おぎごはん あぶら ホットケーキ(●★) ココア チョコチップ▲	にんにく にんじん たまねぎ グリンピース セロリー はくさい	ぎゅうにゅう おぎごはん (セルフ)カレーピラフ はくさいスープ チョコチップケーキ		○	○
15・木	 <p>れんこんチップス ごはん えだまめいりがんもの につけ いりうのはな</p>	ぎゅうにゅう▲ えだまめいりがんも★(●★) とりにく おから あぶらあげ	ごはん さとう あぶら	れんこん ほししいたけ にんじん ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん えだまめいりがんものにつけ れんこんチップス いりうのはな		○	○

げんえんきゅうしよく

令和6年2月学校給食献立予定表

あかのなかま きいろのなかま みどりのなかま
おもにからだをつくる おもにねつやちからのもとになる おもにからだのちょうしをととのえる

※主な材料に含まれるアレルギーについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。
※アレルギーについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。調味料等に含まれているものについては各校にお問い合わせ下さい。
※()については食材には含まれていませんが、そのアレルギーを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあります。

日・曜日	はいぜんず	おもなざいりようめい			こんだてめい	料理に含まれるアレルギー		
		あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま		卵	乳	小麦
16・金	<p>やさしいふりかけ さけのチャンチャンおし あおさじる むぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ さけ みそ とりにく あおさ(★) とうふ	むぎごはん さとう バター▲ やさしいふりかけ	たまねぎ キャベツ しめじ にんじん はくさい	ぎゅうにゅう むぎごはん さけのチャンチャンおし あおさじる やさしいふりかけ		○	(○)
19・月	<p>キャベツのごまあえ にたあげをうえにのせる げんりょうごはん つねうどん</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく あぶらあげ	ごはん うどん★(●) さとう ごま	にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ ほうれんそう	ぎゅうにゅう げんりょうごはん きつねうどん キャベツのごまあえ		○	(○)
20・火	<p>パーパ まめサラダ ポトフ きなこあげパン</p>	ぎゅうにゅう▲ きなこ ウインナー だいず まぐろあぶらづけ	ロールパン▲★(●) あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	キャベツ たまねぎ にんじん ホールコーン	ぎゅうにゅう きなこあげパン ポトフ まめサラダ		○	○
21・水	<p>にぼしのかおりあげのざわないため マーボーだいこん むぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく みそ にぼし あおりの(★)	むぎごはん あぶら さとう コーンスターチ こむぎこ★ ごま	しょうが (だいこん) にんにく のざわなづけ★ ほししいたけ たけのこ にんじん ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん マーボーだいこん にぼしのかおりあげ のざわないため		○	○
22・木	<p>てまきのり なっとうみそ そくせきづけ ごはん だんごだんごスープ</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく なっとう★ みそ にくだんご あぶらあげ てまきのり(★)	ごはん あぶら さとう ごま しらたまだんご	キャベツ たくあん にんじん たまねぎ ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん なっとうみそ そくせきづけ だんごだんごスープ てまきのり		○	○
「だんごだんごスープ」は、「にくだんご」と「しらたまだんご」の2しゆるいのだんごが入ったスープです。								
26・月	<p>ツナサラダ 除去食対応日 乳 ポークカレー ごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく まぐろあぶらづけ	ごはん あぶら じゃがいも こめこ(▲) バター▲ さとう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ	ぎゅうにゅう ごはん ポークカレー ツナサラダ		○	○
27・火	<p>とうふのミートグラタン ロールパン きりぼしだいこんのやさしいスープ むぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ とうふ こうやどうふ とりにく チーズ▲ ベーコン	ロールパン▲★(●) さとう パンこ★(●▲) あぶら	にんにく たまねぎ にんじん セロリー きりぼしだいこん キャベツ	ぎゅうにゅう ロールパン とうふのミートグラタン きりぼしだいこんのやさしいスープ		○	○
28・水	<p>ししゃものからあげ きんときまめのあまに ししゃも1ねんび 2-6ねん2び 中学生3尾 ぶたじる むぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ ししゃも ししゃも きんときまめ ぶたにく あぶらあげ みそ	むぎごはん でんぶん あぶら さとう こんにやく	ごぼう にんじん だいこん はくさい ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん ししゃものからあげ きんときまめのあまに ぶたじる		○	
29・木	<p>キャベツのおかかあえ 除去食対応日 卵 にくみそおでん にごみそをおでんのうえにかける ごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ がんもどき(●▲★) うずらたまご● とりにく みそ かつおぶし	ごはん こんにやく さといも さとう	だいこん にんじん キャベツ こまつな	ぎゅうにゅう ごはん にくみそおでん(おでん) にくみそおでん(にくみそ) キャベツのおかかあえ		○	○

かめやまっ子給食のおしらせ
かめやまっ子給食の日は、亀山市でとれた食材をたくさん使った献立になっています。
印の食材はすべての学校で亀山産の食材になります。

げんえんきゅうしょく
減塩を意識したメニューです。学校給食では、スパイスの利用や、だしの味を生かすなどして減塩にも工夫しています。

※いろいろな事情により、献立や食材料の一部を変更することがありますのでご了承ください。
※牛乳は毎日つきます。 ※ごはんは亀山産のコシヒカリを使用しています。

亀山市教育委員会
亀山市学校給食協会